

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pada umumnya, Tuhan menciptakan manusia dengan sebaik-baiknya sebagai ciptaan-Nya yang paling sempurna dengan memiliki anggota tubuh yang lengkap serta tidak memiliki kekurangan apapun pada tubuh manusia tersebut. Anggota tubuh tersebut diharapkan mampu membantu manusia untuk melangsungkan hidup dan mengerjakan pekerjaan sehari-hari. Meskipun memiliki keterbatasan pada anggota tubuh, tidak menghalangi dalam melakukan kegiatan sehari-hari sebagaimana mestinya yang dilakukan manusia normal. Pada kenyataan ada sebagian dari manusia yang terlahir dengan ketidaksempurnaan biasa dikenal dengan cacat atau tunadaksa. Sementara itu, tunadaksa sendiri bermula dari kata tuna yang memiliki arti kurang lalu daksa yang berarti tubuh maka tunadaksa bisa diartikan sebagai penyandang bentuk kelainan atau kecacatan yang ada pada bagian otot-otot, tulang, persendian yang dapat menimbulkan gangguan koordinasi, komunikasi, adaptasi, mobilisasi, serta gangguan perkembangan (Atatai dalam Setyawati, 2017).

Menurut Masduqi (2010) mengatakan bahwa setiap manusia pasti mengharapkan memiliki tubuh yang sehat dan utuh tanpa kekurangan satu pun dari bagian tubuh. Situasi akan berbeda jika seseorang kehilangan salah satu anggota tubuhnya. Pada awalnya memiliki anggota tubuh yang lengkap dan membutuhkan penyesuaian ketika ada bagian tubuh yang tidak lengkap. Pada saat seseorang kehilangan salah satu anggota tubuhnya maka akan membutuhkan

penyesuaian baik dilingkungan masyarakat maupun dirinya sendiri. Lusli (2010) menyebutkan bahwa keterbatasan fisik dapat terjadi pada siapapun, kapanpun, di mana pun dan dengan cara apapun, serta tidak mengenal batasan usia. Kehilangan fungsi salah satu anggota tubuh dapat disebabkan karena penyakit, kecelakaan ataupun oleh faktor genetik.

Setiap manusia pasti melalui tahap-tahap kehidupan yang saling mempengaruhi satu sama lainnya. Salah satunya adalah tahap remaja pada usia 12-16 tahun yang memiliki pengaruh besar terhadap kehidupan selanjutnya. Semasa remaja dapat mempengaruhi beberapa aspek perkembangan yang diantaranya perkembangan sosial remaja yang memiliki kebutuhan-kebutuhan untuk kasih sayang baik pada diri sendiri maupun terhadap orang lain, kepuasan hubungan dengan individu lainnya untuk diterima, maupun diakui di lingkungan sosial. Remaja harus menyesuaikan diri dengan lawan jenis dan harus menyesuaikan diri dengan orang dewasa di luar lingkungan keluarga dan sekolah (Papalia, Olds, & Feldman, 2013). Remaja yang penyandang tuna daksa membutuhkan penyesuaian diri ketika merasa berbeda dengan remaja pada umumnya. Membutuhkan penyesuaian diri dengan teman sebaya, serta melakukan kegiatan berkelompok. Kebersamaan dan kegiatan berkelompok mampu memberikan dorongan moril pada sesama remaja sehingga remaja memperoleh kekuatan dari keadaan bersama tersebut. Tugas remaja awal adalah menyelesaikan konflik identitas dan kebingungan identitas. Individu yang berhasil menyelesaikan konflik identitasnya selama masa remaja lebih dapat diterima. Dalam hal emosi yang negatif pada remaja penyandang tuna daksa, umumnya belum dapat

mengontrolnya dengan baik. Sehingga remaja masih memiliki emosi yang tidak stabil.

Remaja yang mempunyai label cacat (tuna daksa) mungkin akan merasa selamanya dianggap sebagai remaja yang terbelakang atau tidak mampu serta ditolak, dan mereka bisa jadi tidak mendapatkan kesempatan untuk berkembang secara penuh. Remaja penyandang tuna daksa mengalami beberapa masalah konsep diri negatif, rendah diri, cemas, dan agresif, seperti yang telah dijelaskan sebelumnya. Dampak-dampak tersebut tentunya dapat berpengaruh pada tahapan kehidupan remaja selanjutnya (Santrock, 2003).

Permasalahan yang saat ini masih dialami tuna daksa dalam kehidupan bermasyarakat yaitu anggapan bahwa tuna daksa merupakan aib, memalukan, dianggap sama seperti orang sakit, dianggap tidak berdaya, dikasihani, hanya tinggal dirumah dan diawasi sehingga sangat sulit memberikan hak dan kesempatan yang sama. Kehidupan masyarakat masih membedakan dalam memberikan kesempatan terutama pada individu penyandang tuna daksa, yang dimana masyarakat masih memandang sebelah mata terhadap penyandang tuna daksa yang memiliki keterbatasan fisik dan dianggap tidak mampu melakukan seperti manusia normal lakukan (Adinda dalam Merdiasi, 2013). Melainkan permasalahan akibat kurangnya kemampuan pada fungsi anggota tubuh yang dapat menjadi penghalang para tunadaksa dalam mengerjakan kegiatan tertentu, muncul pula berbagai permasalahan lain akibat kekurangan pada anggota tubuh maupun karena keadaan tidak mampu dalam melakukan suatu pekerjaan tertentu (Pancawati, 2016). Masih banyak individu yang beranggapan tuna daksa

merupakan individu yang tidak berdaya, termasuk diantaranya pemerintah, masyarakat maupun pihak keluarga masih memiliki persepsi dengan menganggap bahwa tuna daksa sebagai orang yang memiliki kerusakan dan perlu diperbaiki (Lusli, 2010).

Para penyandang tuna daksa memerlukan pembinaan kemandirian sehingga membutuhkan sekolah yang mampu menyetarakan tingkat pendidikan para penyandang tuna daksa. Program kemandirian tersebut diantaranya dapat berupa musik, perkusi, batik, bengkel dan lain-lain. Siswa yang mengalami cacat fisik, dapat melakukan pembinaan di (yayasan pembinaan anak cacat) YPAC. Siswa dapat mengembangkan kemampuan serta keterampilan yang dimiliki. Sehingga setelah lulus siswa bisa mempraktikkan keterampilan yang mereka dapatkan selama menempuh pendidikan di (yayasan pendidikan anak cacat) YPAC. Program kemandirian yang dirintis tersebut karena anak berkebutuhan khusus (ABK) harus diperhatikan. YPAC tidak hanya merupakan suatu tempat untuk membina kemandirian serta mempraktikkan keterampilan, namun juga sebagai tempat rehabilitasi para penyandang tuna daksa. Anak-anak berbagai usia dengan kemampuan terbatas menjadi pemandangan sehari-hari di (yayasan pembinaan anak cacat) YPAC, tempat rehabilitasi berbagai kekurangan yang ada pada anak maupun remaja. Berbagai anak dengan keterbatasan biasa melakukan terapi di YPAC, seperti anak polio, lumpuh, terlambat jalan, mempunyai kelemahan otot, terlambat bicara, hiperaktif, kurang konsentrasi, dll. YPAC inilah yang bisa menjadi tempat alternatif rujukan untuk keluarga yang menginginkan anak dengan kemampuan terbatas lebih mandiri. Pelayanan rehabilitasi di YPAC ada

tiga hal yaitu pertama, Pelayanan Rehabilitasi Medik yang meliputi: fisioterapi, terapi okupasi, terapi wicara, hidro terapi, pelayanan pemeriksaan dan konsultasi psikologi, pembuatan alat bantu, serta operasi bila diperlukan. Kedua, pelayanan rehabilitasi sosial, dengan sistem panti diperuntukkan bagi anak cacat/ difabel dengan usia 0 – 18 tahun, bisa mandiri (tidak perlu pendamping) dan orang tuanya bertempat tinggal di luar kota. Pelayanan Guest house bagi anak yang belum mandiri. Dengan jumlah anak binaan 30-40 perbulan. Ketiga, pelayanan rehabilitasi pendidikan, terbagi menjadi SLB-D (bagi penyandang cacat tubuh) yang terdiri dari TK, SD, SMP dan SMA. Sementara SDB-D1 (bagi penyandang cacat tubuh disertai cacat mental) terdiri dari kelas persiapan, tingkat dasar D1 – D8, SMPLB dan SMA (Zamani, 2017).

Pandangan masyarakat yang cenderung berpendapat bahwa individu yang memiliki kelainan fisik tidak mampu melakukan apa yang bisa dilakukan manusia tanpa kecacatan pada tubuhnya. Masyarakat yang beranggapan bahwa penyandang tuna daksa tidak mampu melakukan kegiatan seperti yang biasa dilakukan oleh manusia normal seperti biasanya dan memiliki anggota tubuh yang lengkap tanpa adanya keterbatasan fisik. Kehadiran anak tunadaksa di lingkungan masyarakat saat ini masih belum seutuhnya dapat disambut dengan baik oleh masyarakat itu sendiri. Buktinya, masyarakat masih beranggapan tunadaksa merupakan orang yang sakit, dan tidak mampu dalam melakukan kegiatan yang biasa dilakukan oleh anak lain pada umumnya (Pancawati, 2016).

Seluruh manusia normal maupun yang memiliki keterbatasan, tidak bisa hidup sendirian. Secara ilmiah, setiap individu mempunyai panggilan untuk selalu hidup

bersama individu lain dan berinteraksi dengan mereka. Sebagai makhluk sosial manusia membutuhkan individu lain dalam melakukan aktivitas, hal ini juga berlaku pada individu yang memiliki keterbatasan anggota tubuh. Kebutuhan individu pada individu lain bukanlah kebutuhan yang sifatnya sekunder atau sebagai pelengkap untuk mengisi waktu luang saja. Setiap individu membutuhkan individu lain seperti halnya manusia membutuhkan udara untuk bernapas, air untuk diminum, ataupun makanan untuk dimakan. Selain itu, kebutuhan manusia akan interaksi sosial merupakan kebutuhan dasar yang melekat pada diri individu sebagai manusia. Individu tersebut harus memenuhi kebutuhan akan interaksi sosial, jika tidak akan mengalami ketidakseimbangan pada diri sendiri dan hidup akan terasa hampa. Hidayati (2015) menyatakan bahwa sikap setiap individu terhadap hubungan yang sedang dijalaninya berhubungan dengan bagaimana individu memaknai hubungan tersebut. Interaksi yang dibutuhkan tidak hanya melalui alat telekomunikasi saja, namun juga dapat dilakukan interaksi sosial secara langsung dengan cara bertemu, bertegur sapa dengan individu lain yang dapat menumbuhkan rasa sayang dan menjalin kedekatan dengan individu lain. Untuk mencapai interaksi sosial yang harmonis dan didasari dengan rasa kasih sayang bukanlah sesuatu yang mudah. Menyatunya dua individu atau lebih dengan latar belakang yang beragam menyimpan potensi konflik yang cukup besar. Apalagi interaksi sosial pun sebenarnya bukanlah sesuatu yang sederhana dan tidak mudah untuk dipahami. Dalam interaksi sosial, sering melakukan penilaian terhadap orang lain, baik itu menyimpulkan karakteristik kepribadiannya, sebab-sebab perilakunya, maupun membenci atau menyukainya.

Namun demikian, perlunya kemampuan pengamatan diri yang baik hendak menjadikan individu untuk lebih mudah diterima dalam lingkungan sosial, sehingga dapat membangun konsep diri yang positif, yang akan membantu individu dalam menghapuskan pikiran dikucilkan, tidak diterima, dan terasing dari dirinya sendiri. Pada umumnya perasaan terasing baik dari diri maupun lingkungan, akan muncul apabila individu merasa tidak mampu dalam melakukan sesuatu dalam mewujudkan kemampuan yang ada pada dirinya (Paramita, Ghofur, & Nurwanto, dalam Hasanah & Hidayati, 2016).

Kemampuan individu dalam memahami serta menyadari dapat membuat dirinya bertahan atas kesulitan yang sedang dihadapi lalu menjadikan kesulitan sebagai suatu hal yang positif sehingga dapat diartikan *self compassion* (Hidayati, 2015). *Self compassion* memiliki nilai positif, berdasarkan penelitian Breines & Chen (dalam Hasanah & Hidayati, 2016) mengatakan bahwa orang-orang yang menggunakan *self compassion* ketika menghadapi kekurangan pada diri sendiri memiliki dorongan yang besar guna meningkatkan dan memperbaiki perilaku untuk menjadi lebih baik. *Self compassion* mampu meningkatkan kepercayaan diri pada anak penyandang tunadaksa yang dimana dapat merubah cara berpikir sehingga mampu menerima apa yang sedang terjadi pada dirinya sendiri walaupun mengalami disfungsi secara fisik. Sependapat dengan Zessin, Dickhäuser, dan Garbade (2015) yang mengungkapkan bahwa *self compassion* menggunakan aspek yang sama, aspek tersebut fokus pada penderitaan yang dirasakan oleh seseorang. Individu yang memiliki *self compassion* mampu bersikap positif saat memiliki kekurangan dan menghadapi kegagalan yang menimpa dirinya sendiri.

*Self compassion* mampu membantu individu lebih memahami dirinya sendiri, lebih mengasihi dirinya sendiri, sehingga mempermudah individu dalam mengalami kesulitan yang sedang dihadapi. Selain itu, *self compassion* juga mampu menjadi penolong dalam meringankan rasa terpuruk sehingga individu menjadi lebih terbuka pada masalah yang dihadapinya. Individu yang sudah mampu terbuka terhadap masalah yang tengah dialaminya, cenderung akan terbuka di lingkungan sekitar maupun individu lain. Serta individu juga menjadi lebih berani dalam berbagi pengalamannya, sehingga individu tersebut lebih mudah dalam menjalin hubungan yang bermakna dengan individu lain (Hasanah & Hidayati, 2016). Remaja yang memiliki *self compassion* diharapkan mampu memperlakukan dan tidak menganiaya diri sendiri serta menerima ketidaksempurnaan yang ada pada diri individu tersebut (Marshall, Parker, Ciarrochi, Sahdra, Jackson, & Heaven, 2014).

*Self compassion* mampu membantu perkembangan remaja dalam menghadapi tekanan yang dirasakan, keinginan untuk diterima dan merasa cocok dalam suatu kelompok sosial yang tepat. Sehingga *self compassion* pada penyandang tuna daksa mampu mengenal perasaan, dan kemampuan untuk memperbaiki emosi yang terdapat pada setiap individu. *Self compassion* membuat seorang penyandang tuna daksa merasakan kenyamanan dalam kehidupan sosial dan lebih menerima diri secara apa adanya, dapat menghadapi situasi yang bersifat negatif, mengurangi kecenderungan untuk mengisolasi diri, serta kemampuan untuk memperbaiki keadaan emosi negatif. Hal-hal tersebut searah dengan mengontrol emosinya secara efektif, menjadi tangguh dalam menghadapi keadaan *stress* atau



penuh tekanan, dan kemampuan untuk membuang hubungan positif (Ramadhani & Nurdibyanandaru, 2014).

Neff (dalam Rananto & Hidayati, 2017) menyatakan bahwa *self compassion* mencakup pemahaman mengenai kegagalan, penderitaan, dan ketidakmampuan yang dirasakan oleh individu itu sendiri sama halnya yang dirasakan dan pengalaman individu lain pada umumnya. Secara umum pengertian *self compassion* berhubungan dengan kebaikan yang diberikan oleh seseorang terhadap orang lain, bukan pada diri sendiri. *Self compassion* yang diberikan kepada diri sendiri cenderung berhubungan dengan perilaku egois dan memanjakan diri (Rubin, dalam Rananto & Hidayati, 2017). Hasil penelitian Neff (2003) menyatakan bahwa *self compassion* terhadap diri sendiri akan membangun kepedulian dan menumbuhkan kasih sayang, tidak hanya pada diri sendiri namun juga orang lain. Individu mampu memberikan rasa kepedulian terhadap individu lain yang sedang menghadapi kesulitan yang dapat menumbuhkan rasa kasih sayang terhadap individu lain. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Marshall (dalam Rananto & Hidayati, 2017), individu yang memiliki *self compassion* mampu memperlakukan diri sendiri dengan lebih baik, dan juga mampu memahami segala kekurangan yang dimiliki sehingga tidak mudah terpengaruh dari dunia luar yang dapat merusak perilaku dalam diri individu tersebut. Dari paparan diatas diatas maka didapatkan pertanyaan “bagaimana *self compassion* yang dimiliki penyandang tuna daksa? ”.

## **B. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan pada latar belakang di atas, penelitian ini bertujuan untuk memahami dan mendeskripsikan *self compassion* pada penyandang tuna daksa.

## **C. Manfaat Penelitian**

Dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara praktis maupun teoritis yaitu:

### **1. Manfaat Teoritis**

Secara umum hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan kepada ilmu psikologi terutama psikologi sosial dalam mengembangkan konsep tentang *self compassion* pada penyandang tuna daksa.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi peneliti selanjutnya**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian dibidang yang sama.

#### **b. Bagi informan**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran bagaimana *self compassion* yang dimiliki pada penyandang tuna daksa sehingga mereka dapat lebih bersikap baik kepada diri sendiri apabila menghadapi masalah.